

# 母親が感じる育児上の「困難」に関する研究 (4)

## — 1 年後の追跡調査 —

窪 龍 子

実践女子大学人間社会学部

井 狩 芳 子

和泉短期大学児童福祉学科

### I. 問題と目的

本紀要の第六集において、母親が感じる育児上の「困難」について、育児上の「苦勞」と表現し、子どもに関する苦勞と親自身に関する苦勞に分けて検証した。その結果、子どもに関する「苦勞なし群」は、旧来からの基本的生活習慣を子どもに身につけさせようとしているのに対し、「苦勞あり群」は子どもの自主性を重んじようとしていると同時に親の言うことも聞いてほしいという相反することを望むがゆえに苦勞を感じている可能性があることを報告した。親自身の苦勞には、「母親の自由時間がとれない」という回答が多かったのだが、親自身の「苦勞あり群」は、平日の起床時刻は早く就寝時刻は遅く、休日にその睡眠不足を補っている傾向がみられた。しかし、それでは疲れは取れないであろうことが推測された。

今回は、2008 年 7 月の調査開始から、2009 年 2 月に同じ対象者に追跡調査を実施したのに引き続き、3 回目となる調査を実施した。そのことによって 1 年間の子どもの成長に伴う親の意識や苦勞の変化、また睡眠時間の実態についても明らかにすることを目的とした。

### II. 調査の概要

#### 1. 対象園

神奈川県横浜市の住宅街にある N 幼稚園および茨城県下妻市にある T 保育園。

#### 2. 調査方法

N 幼稚園および T 保育園の協力を得て、前回調査した同じ保護者に対し、日常の育児の状況や子どもの生活のようすについて質問紙法による調査を実施した。

質問紙の内容については、添付資料参照。

### 3. 調査時期

2010年3月。

### 4. 回答者と回収率

質問紙の配布部数は、N 幼稚園へ 120 部、T 保育園へ 35 部。回答者数は、N 幼稚園 67 名、T 保育園 35 名の合計 102 名。回答者のうち、新規の回答者は、N 幼稚園 29 名、T 保育園 19 名であった。回収率は N 幼稚園 55.8%、T 保育園 100%であった。

## Ⅲ. 調査の結果

今回の回答者 102 名のうち、前回からの継続回答者は 54 名であり、47.1%の人が新規に加わっている。従って、1 年前の結果と今回の結果をそのまま比較することはできないが、大まかな変化はつかむことができると判断し、結果の項のいくつかの表には、今回の 102 名分の調査結果とともに、参考資料として 1 年前のデータを添付した。

### 1. 回答者の属性

#### (1) 回答者の年齢と子どもの人数

表 1 に示したように、30 歳台が 71.8%を占めている。全体的には、1 年前より 20 歳台が減り 30 歳台 40 歳台が増加傾向にあった。1 年前より回答者の年齢がやや上がっているといえる。なお、平均年齢は 36.6 歳であった。

表 1 回答者の年齢

N(%)

	N 幼稚園	T 保育園	計	1 年前 (参考)
20 歳台	2 (3.0)	3 (8.6)	5 (4.9)	6 (6.7)
30 歳台	49 (73.1)	25 (71.4)	74 (71.8)	69 (77.5)
40 歳台	14 (20.9)	7 (20.0)	21 (20.4)	13 (14.6)
不明	2 (3.0)	0	2 (2.0)	1 (1.1)
計	67 (100.0)	35 (100.0)	102 (100.0)	89 (100.0)

子どもの人数は、表 2 に示したとおり、「2 人」という回答が 62.7%と最も多く、「1 人」[3 人]と続く。1 年前に比べると、「1 人」が減り「2 人」「3 人」が増えている。子どもの人数の平均は 2.0 人であった。

表2 子どもの人数

N(%)

	N 幼稚園	T 保育園	計	1 年前 (参考)
1 人	16 (23.9)	5 (14.3)	21 (20.6)	21 (23.6)
2 人	44 (65.7)	20 (57.1)	64 (62.7)	56 (62.9)
3 人	6 (8.9)	8 (22.9)	14 (13.7)	9 (10.1)
4 人以上	1 (1.5)	2 (5.7)	3 (3.0)	3 (3.4)
計	67 (100.0)	35 (100.0)	102 (100.0)	89 (100.0)

## (2) 家族構成と住居形態

表3と表4に示したように、家族構成は、全体で核家族が79.6%と大多数を占めるが、1年前よりも6.9ポイント減少していた。N 幼稚園では91.0%、T 保育園は60.0%と、園または地域によって差がみられたのは1年前と同じであった。

表3 家族構成

N(%)

	N 幼稚園	T 保育園	計	1 年前 (参考)
核家族	61 (91.0)	21 (60.0)	82 (79.6)	77 (86.5)
拡大家族	4 (6.0)	12 (34.3)	16 (15.5)	8 (9.0)
その他	2 (3.0)	2 (5.7)	4 (3.9)	4 (4.5)
計	67 (100.0)	35 (100.0)	102 (100.0)	89 (100.0)

住居形態は、一戸建て60.2%、集合住宅38.8%であり、一戸建てが1年前より7.4ポイント増えていた。また、一戸建てはN 幼稚園47.8%、T 保育園85.7%と、1年前と同様に園と地域によって差がみられた。

表4 住居形態

N(%)

	N 幼稚園	T 保育園	計	1 年前 (参考)
一戸建て	32 (47.8)	30 (85.7)	62 (60.2)	47 (52.8)
集合住宅	35 (52.2)	5 (14.3)	40 (38.8)	42 (47.2)
計	67 (100.0)	35 (100.0)	102 (100.0)	89 (100.0)

## (3) 回答者の職業の有無

表5に示したように、有職者50.5%、無職者49.5%と半々の割合であった。1年前とほぼ同様の結果であった。

表5 回答者の職業の有無

N(%)

	N 幼稚園	T 保育園	計	1 年前 (参考)
あり	21 (31.3)	30 (85.7)	51 (49.5)	45 (50.6)
なし	46 (68.7)	4 (11.4)	50 (48.5)	44 (49.4)
その他	0	1 (2.9)	1 (1.0)	0
計	67 (100.0)	35 (100.0)	102 (100.0)	89 (100.0)

## 2. 育児上の苦勞

### (1) 子どもに関する苦勞の変化

表6に示したように、子どもに関する苦勞の主な項目は「言うことをきかない」25.5%、「食に関すること」25.5%であった。今回の結果は1年前と比べて大きな変化はなかった。しかし、全体の割合は低いものの、1年前より増えていた項目には「アレルギー疾患などの病気」10.1%から16.7%、「ことばや発音に関すること」4.5%から10.8%、「子どもの気持ちが分からない」2.2%から9.8%、などがあった。

このような状況下、「特に苦勞はない」という回答は21名(20.6%)で、1年前よりも4.1ポイント減少していた。

表6 子どもに関する苦勞(複数回答)

N(%)

	N 幼稚園	T 保育園	計	1 年前 (参考)
言うことを聞かない	19 (28.3)	7 (20.0)	26 (25.5)	25 (28.1)
食に関すること	17 (25.4)	9 (25.7)	26 (25.5)	25 (28.1)
アレルギー疾患などの病気	8 (11.9)	9 (25.7)	17 (16.7)	9 (10.1)
感情が不安定なこと	10 (14.9)	3 (8.6)	13 (12.7)	8 (9.0)
生活リズム生活習慣の樹立	6 (9.0)	5 (14.3)	11 (10.8)	8 (9.0)
ことばや発音に関すること	7 (10.4)	4 (11.4)	11 (10.8)	4 (4.5)
子どもの気持ちが分からない	6 (9.0)	4 (11.4)	10 (9.8)	2 (2.2)
落ち着きなく何をするか不明	4 (6.0)	2 (5.7)	6 (5.9)	6 (6.7)
日常の世話すべてが大変	4 (6.0)	0	4 (3.9)	2 (2.2)
あそびに関すること	1 (1.5)	1 (2.9)	2 (2.0)	2 (2.2)
その他	9 (13.4)	4 (11.4)	13 (12.7)	16 (18.0)
特に苦勞はない	14 (20.9)	7 (20.0)	21 (20.6)	22 (24.7)
回答者数	67	35	102	89

## (2) 親自身の苦勞

表7に示したように、親自身の苦勞の主な項目は「自由時間が取れない」40.2%、「仕事と育児の両立」26.5%、「自分の健康維持・体調不良」23.5%であり、この3大項目は1年前と変わっていない。しかも、「自由時間がとれない」は1年前よりも11ポイントも増加していた。同時に増えていたのは、「配偶者の非協力」の5.6%から10.8%であった。

また、「特に苦勞はない」という回答18名(17.6%)で、1年前よりも8.2ポイント減少していた。

表7 親自身の苦勞（複数回答）

N(%)

	N 幼稚園	T 保育園	計	1年前（参考）
自由時間がとれない	25 (37.3)	16 (45.7)	41 (40.2)	26 (29.2)
仕事と育児の両立	13 (19.4)	14 (40.0)	27 (26.5)	24 (27.0)
自分の健康維持・体調不良	18 (26.9)	6 (17.1)	24 (23.5)	21 (23.6)
経済的なこと	9 (13.4)	7 (20.0)	16 (15.7)	11 (12.4)
配偶者の非協力	7 (10.4)	4 (11.4)	11 (10.8)	5 (5.6)
家事全般が煩わしい	8 (11.9)	2 (5.7)	10 (9.8)	13 (14.6)
親たちの口出し	3 (4.5)	3 (8.6)	6 (5.9)	5 (5.6)
親しいママ友がいない	5 (7.5)	0	5 (4.9)	0
世の中から取り残される	2 (3.0)	1 (2.9)	3 (2.9)	2 (2.2)
その他	4 (6.6)	5 (14.3)	9 (8.8)	1 (1.1)
特に苦勞はない	12 (17.9)	6 (17.1)	18 (17.6)	26 (25.8)
回答者数	67	35	102	89

## (3) 育児上の苦勞への対処

育児上の苦勞への対処法は、自由記述欄に73名(71.6%)の記載があった。その内容は、他者へ協力を求める記述として、「夫の協力、親の協力、家族の協力」22件、「友人の協力や相談と意見交換」8件、「外部機関の利用」3件などがあった。

子どもに関する苦勞に対しては、「無理強いをしない、分かるまでくり返しつける、遊び感覚で、楽観的に、安心感を与える、受け入れる、対応を変える、子どもとの時間を取る、子どもと話しあう」など子どもに向き合う回答が19件、「外部機関に相談・利用」が4件、その他「下の子に構いきりにならない、その都度叱る、食事の工夫」が4件述べられていた。

自分自身に対しては、「気分転換、手抜き、息抜き、一人の時間を作る、気持ちを口に出す、リラックス、気長に、仕事を休む」など肩の力を抜こうとする回答が10件、「計画的に、やることを整理する、生活リズムを統一、勤務体制の変更、子どもが寝てからリラックス・仕事」など具体的な行動修正が6件、「健康的な生活、運動、睡眠時間を確保」など健康管理が5件、

「内職・アルバイト・パート開始、無駄遣いをしない」など経済的な対応が4件、「努力、気合」が2件であった。しかし、「我慢、あきらめ、どうにもならない」4件や「ヤケ酒、ショッピング」2件など改善策を取れないでいる回答も述べられていた。

### 3. 子育ての喜びと子どもの変化

#### (1) 子育ての喜び

自由記述欄における「子育てでうれしいこと」は、92名(90.2%)の回答があった。その内容は「子どもの成長」39件、「子どもの笑顔」11件、「子どもが手伝いをしてくれる」5件、「子どもの健康」3件、「子どもの遊ぶ姿」2件、「食事を残さず食べる」2件、「子どもが努力するとき」1件、「子どもの存在」1件など、子ども存在そのものと子どもの成長を喜ぶものが計63件であった。「子どもの愛情表現」12件、「優しい子に育っている」10件、「よく話す」7件、「きょうだいと仲が良い」4件、「感謝の言葉を言ってくれる」3件、「プレゼントをしてくれる」3件、「スキンシップ」1件、「正直に話してくれる」1件、「共感できたとき」1件、「家族がそろっている」1件、など親子関係の深まりを喜ぶ回答が計42件であった。その他、「親としての発見」1件、「他者からの称賛」1件という回答もあった。

#### (2) 1年間の子どもの変化

自由記述欄における「1年前と比べた子どもの変化」については87名(85.3%)の回答があった。その内容は、「体力増大」「食欲増進」「体調改善」「昼寝の減少」「夜尿の減少」など身体的な成長に関するものが49件、「よく話す」「意思表示ができるようになった」「人との交流増進」「下の子と遊ぶ」「人見知り改善」「マナーの改善」「手伝いをする」など社会性の発達に関するものが46件、「感情が豊かになった」「自分からできることが増えた」「情緒安定」「遊びの多様化」「集中力増大」「自分からできることが増えた」「好奇心旺盛」「一人遊びができる」「生活習慣の定着」「習い事を楽しむ」「勉強習慣の定着」「反抗」など心理面や生活面での成長に関するものが39件、反対に「体調悪化」「アレルギー発症」「喘息発症」「夕寝増加」「乱暴になった」「生活習慣の悪化」「ゲーム時間の増大」「テレビ視聴増加」など状況の悪化に関する記述が10件ほどあった。

### 4. 育児上で大切なこと

#### (1) 育児上で大切なことと子どもに関する苦勞の有無の関係

表8に示したように、育児上で大切なこととする項目のうち、全体的に多かったのは「自主的な意思表示」55.9%、「親子の気持ちの通じ合い」52.9%、「友達と仲良くする」52.0%、「健康であればよい」50.0%、「生活リズムをつける」45.1%であった。これらの項目は、いずれも「子どもに関する苦勞なし群」の方が「苦勞あり群」よりも多かった。

表8 子どもに関する苦勞の有無と育児で大切なこと（複数回答） N(%)

	子どもに関する 苦勞あり群	子どもに関する 苦勞なし群	計	1年前（参考）
自主的な意思表示	45 (55.6)	12 (57.1)	57 (55.9)	29 (32.6)
親子の気持が通じ合う	41 (50.6)	13 (61.9)	54 (52.9)	30 (33.7)
友達と仲良くする	42 (51.9)	11 (52.4)	53 (52.0)	25 (28.1)
健康であればよい	37 (45.7)	14 (66.7)	51 (50.0)	31 (34.8)
生活リズムをつける	35 (43.2)	11 (52.4)	46 (45.1)	*ー
園でうまくやってゆく	25 (30.9)	6 (28.6)	31 (30.4)	19 (21.3)
子の気持を受け止める	12 (14.8)	2 (9.5)	14 (13.7)	10 (11.2)
言うことを聞く素直さ	6 (7.4)	1 (4.8)	7 (6.9)	2 (2.2)
稽古で可能性を伸ばす	5 (6.2)	1 (4.8)	6 (5.9)	1 (1.1)
成長の指標に遅れない	4 (4.9)	0	4 (3.9)	2 (2.2)
その他	3 (3.7)	0	3 (2.9)	8 (9.0)
不明	2 (2.5)	0	2 (2.0)	24 (27.0)
回答者数	81	21	102	89

注) \*1年前は質問項目になし

表9 親自身の苦勞の有無と育児で大切なこと（複数回答） N(%)

	親自身の 苦勞あり群	親自身の 苦勞なし群	計	1年前（参考）
自主的な意思表示	46 (56.8)	11 (61.1)	57 (55.9)	29 (32.6)
親子の気持が通じ合う	45 (55.6)	9 (50.0)	54 (52.9)	29 (32.6)
友達と仲良くする	44 (54.3)	9 (50.0)	53 (52.0)	24 (27.0)
健康であればよい	40 (49.4)	11 (61.1)	51 (50.0)	30 (33.7)
生活リズムをつける	39 (48.1)	7 (38.9)	46 (45.1)	ー
園でうまくやってゆく	24 (29.6)	7 (38.9)	31 (30.4)	18 (20.2)
子の気持を受け止める	12 (14.8)	2 (11.1)	14 (13.7)	10 (11.2)
言うことを聞く素直さ	4 (4.9)	3 (16.7)	7 (6.9)	2 (2.2)
稽古で可能性を伸ばす	5 (6.2)	1 (5.6)	6 (5.9)	1 (1.1)
成長の指標に遅れない	2 (2.5)	2 (11.1)	4 (3.9)	2 (2.2)
その他	1 (1.2)	2 (11.1)	3 (2.9)	8 (9.0)
不明	1 (1.2)	1 (5.6)	2 (2.0)	24 (27.0)
回答者数	81	18	102	89

## (2) 育児上で大切なことと親自身の苦勞の有無との関係

表9に示したように、育児上で大切なこととする項目のうち、「親自身の苦勞なし群」の方が「苦勞あり群」よりも多かったのは「自主的な意思表示」と「健康であればよい」の共に61.1%の2項目であり、「苦勞あり群」のその2項目はそれぞれ56.8%と49.4%であった。反対に「苦勞あり群」の方が多かったのは「親子の気持ちを通じ合う」55.6%と「友達と仲良くする」54.3%の2項目であり、「苦勞なし群」のそれらは共に50.0%であった。

## 5. しつけ

## (1) しつけの必要性

表10および表11に示したように、しつけの必要性については、約60%の親が「必要である」と回答し、30%強が「時と場合による」と回答している。そのうち、育児上の苦勞の有無に分けて考えてみると、「子どもに関する苦勞なし群」は66.2%であり、「苦勞あり群」の61.7%よりも「必要である」とする割合がやや高かったが、「親自身の苦勞なし群」は42.9%と「苦勞あり群」の64.2%よりも「必要である」とする割合が低かったのである。

その理由は、自由記述欄に述べられた73人の記述によると、「しつけが必要である」という回答者も「時と場合による」という回答者も共に、「最低限の社会のルール」47件、「善悪の区別をつける」14件、「他人に迷惑をかけない」7件、「基本的生活習慣」4件、「子どもが育たない、子どもに指針が必要、社会性を築くため、手助けが必要、自信をつける、親にしかできない」が各1件というものであった。

なお、「特別なことは不要」とする回答の理由は「愛情をしっかりと注げば必要ない」というものであった。

表10 子どもに関する苦勞の有無としつけの必要性

N(%)

	子どもに関する 苦勞あり群	子どもに関する 苦勞なし群	計
必要である	50 (61.7)	14 (66.7)	64 (62.7)
時と場合による	28 (34.6)	6 (28.6)	34 (33.3)
特別なことは不要	1 (1.2)	0	1 (1.0)
不明	2 (2.5)	1 (4.8)	3 (2.9)
計	81 (100.0)	21 (100.0)	102 (100.0)

表11 親自身の苦勞の有無としつけの必要性

N(%)

	親自身の 苦勞あり群	親自身の 苦勞なし群	計
必要である	52 (64.2)	9 (42.9)	61 (59.8)
時と場合による	25 (30.9)	8 (28.6)	33 (32.3)
特別なことは不要	1 (1.2)	0	1 (1.0)
不明	3 (3.7)	4 (19.0)	7 (6.9)
計	81 (100.0)	21 (100.0)	102 (100.0)



## (2) しっかりしつけること

表12には、子どもに関する苦勞の有無別に「しっかりしつけること」の項目を示した。1年前の主な項目は、「歯みがき」58.4%、「知人に挨拶」58.4%、「いじわるをしない」57.3%、「家庭内で挨拶」52.8%、「就寝時刻」48.3%であった。今回は、「知人に挨拶」が71.6%と飛びぬけて多くなり、「家庭内で挨拶」58.8%、「いじわるをしない」58.8%、「歯みがき」58.8%、「食事中のマナー」69.6%と、いずれも1年前の回答よりも増えていた。

子どもに関する苦勞の有無別でみると、「知人に挨拶」以外は、「苦勞なし群」の方が「苦勞あり群」よりも高い割合で「しっかりしつける」とし、「起床時刻」「就寝時刻」「1日3食とる」についても高い割合であった。

なお、親がしつけるより子どもの思うとおりにさせているとする項目は「テレビを見る時間」40%、「勉強の習慣をつける」38.2%、「食事を残さない」33.3%が主なものであった。

表12 子どもに関する苦勞の有無としっかりしつけること（複数回答） N(%)

	子どもに関する 苦勞あり群	子どもに関する 苦勞なし群	計	1年前 (参考)
知人に挨拶をする	59 (72.8)	14 (66.7)	73 (71.6)	52 (58.4)
いじわるをしない	47 (58.0)	13 (61.9)	60 (58.8)	51 (57.3)
家庭内で挨拶をする	47 (58.0)	14 (66.7)	61 (59.8)	47 (52.8)
歯みがきをする	47 (58.0)	13 (61.9)	60 (58.8)	52 (58.4)
就寝時間	35 (43.2)	12 (57.1)	47 (46.1)	43 (48.3)
起床時間	18 (22.2)	9 (42.9)	27 (26.5)	26 (29.2)
衣類の着脱をきちんとする	20 (24.7)	8 (38.1)	28 (27.5)	16 (18.0)
食事中のマナー	54 (66.7)	17 (80.9)	71 (69.6)	40 (44.9)
1日3食を規則的にとる	31 (38.3)	11 (52.4)	42 (41.2)	*ー
食事を残さない	26 (32.1)	8 (38.1)	34 (33.3)	22 (24.7)
一緒に食事をする	20 (24.7)	5 (23.8)	25 (24.5)	*ー
食事にかかる時間	3 (3.7)	1 (4.8)	4 (3.9)	7 (7.9)
親の言うことを聞く	18 (22.2)	4 (19.0)	22 (21.6)	16 (18.0)
テレビを見る時間	11 (13.6)	5 (23.8)	16 (15.7)	16 (18.0)
登園する、休まない	7 (8.6)	4 (19.0)	11 (10.8)	22 (24.7)
**勉強の習慣をつける	7 (8.6)	4 (19.0)	11 (10.8)	**5 (5.6)
その他	8 (9.9)	4 (19.0)	12 (11.8)	7 (7.9)
不明	3 (3.7)	0	3 (2.9)	25 (28.1)
回答者数	81	21	102	89

注) \*1年前は質問項目になし \*\*1年前の質問項目は「おけいこ事を休まない」

### (3) 機嫌が悪いときの対処法

表13には、子どもの機嫌が悪いときの対処法について、子どもに関する苦勞の有無別に示した。1年前の結果と比べて、全体的には大きな変化は見られないが、苦勞の有無別にみると、「子どもに関する苦勞なし群」に「言葉かけ、機嫌をとる」の回答が66.7%と「苦勞あり群」の38.3%より多く、「苦勞あり群」の「放っておく」が19.8%と「苦勞なし群」の9.5%より多かった。

表13 子どもに関する苦勞の有無と機嫌が悪い時の対処法（複数回答） N(%)

	子どもに関する 苦勞あり群	子どもに関する 苦勞なし群	計	1年前（参考）
言葉かけ、機嫌を取る	31 (38.3)	14 (66.7)	45 (44.1)	40 (44.9)
*スキンシップを図る	47 (58.0)	12 (57.1)	59 (57.8)	57 (64.0)
放っておく	16 (19.8)	2 (9.5)	18 (17.6)	19 (21.3)
気分転換を図る	10 (12.3)	2 (9.5)	12 (11.8)	14 (15.7)
口で叱る	6 (7.4)	0	6 (5.9)	6 (6.7)
叩く	0	0	0	1 (1.1)
その他	2 (2.5)	2 (9.5)	4 (3.9)	13 (14.6)
不明	2 (2.5)	0	2 (2.9)	25 (28.1)
回答者数	81	21	102	89

注) \*1年前の質問項目は「抱っこする」

## 6. 子どもの生活時間

### (1) 子どもの起床時刻

表14には、子どもに関する苦勞の有無別に子どもの平日と休日の起床時刻を示した。全体的な傾向としては、休日より平日の方がやや早起きの子どもが多い傾向があり、さらに「子どもに関する苦勞あり群」の方が「苦勞なし群」よりも平日・休日とも早起きの傾向がみられた。また、平日・休日とも7時台前半に起床する子どもが最も多いことも、1年前と変わらない。

表14 子どもに関する苦勞の有無と子どもの起床時刻

N(%)

	子どもに関する 苦勞あり群	子どもに関する 苦勞なし群	計	1年前(参考)
5 時台	0	0	0	1 (1.1)
	0	0	0	0
6 時台前半	5 (6.2)	2 (9.5)	7 (6.9)	4 (4.5)
	1 (1.2)	1 (4.8)	2 (2.0)	2 (2.2)
6 時台後半	17 (21.0)	7 (33.3)	24 (23.5)	22 (24.7)
	7 (8.6)	3 (14.3)	10 (9.8)	7 (7.9)
7 時台前半	35 (43.2)	8 (38.1)	43 (42.2)	36 (40.4)
	23 (28.4)	7 (33.3)	30 (29.4)	27 (30.3)
7 時台後半	15 (18.5)	3 (14.3)	18 (17.6)	22 (24.7)
	17 (21.0)	4 (19.0)	21 (20.6)	17 (19.1)
8 時台前半	8 (9.9)	1 (4.8)	9 (8.8)	4 (4.5)
	21 (25.9)	2 (9.5)	23 (22.5)	26 (29.2)
8 時台後半	0	0	0	0
	8 (9.9)	4 (19.0)	12 (11.8)	7 (7.9)
9 時台前半	0	0	0	0
	4 (4.9)	0	4 (3.9)	3 (3.4)
不明	1 (1.2)	0	1 (1.0)	0
	0	0	0	0
回答者数	81 (100.0)	21 (100.0)	102 (100.0)	89 (100.0)

注) 上段は平日、下段は休日

## (2) 子どもの就寝時刻

表 15 には、子どもに関する苦勞の有無別に子どもの平日と休日の就寝時刻を示した。1 年前に比べると、平日は 19 時台に就寝する子どもが減って 20 時台前半に就寝する子どもが増えているが、その他の時間帯の割合は変わっていない。休日は 1 年前より 21 時台に集中するという変化がみられた。全体的な傾向としては、休日の就寝時刻は、平日よりもやや遅くなる傾向があり、さらに「子どもに関する苦勞あり群」の方が「苦勞なし群」よりもやや早い就寝時刻であったが、23 時台まで遅くなる子どもは少数ながら「苦勞あり群」だけにみられた。また平日・休日とも 21 時台前半に就寝する子どもが最も多いことは 1 年前と変わっていない。

表15 子どもに関する苦勞の有無と子どもの就寝時刻

N(%)

	子どもに関する 苦勞あり群	子どもに関する 苦勞なし群	計	1年前(参考)
19 時台	2 (2.5)	2 (9.5)	4 (3.9)	9 (10.1)
	1 (1.2)	1 (4.8)	2 (2.0)	3 (3.4)
20 時台前半	11 (13.6)	3 (14.3)	14 (13.7)	5 (5.6)
	7 (8.6)	3 (14.3)	10 (9.8)	8 (9.0)
20 時台後半	15 (18.5)	3 (14.3)	18 (17.6)	17 (19.1)
	8 (9.9)	2 (9.5)	10 (9.8)	12 (13.5)
21 時台前半	31 (38.3)	7 (33.3)	38 (37.3)	34 (38.2)
	35 (43.2)	8 (38.1)	43 (42.2)	30 (33.7)
21 時台後半	14 (17.3)	4 (19.0)	18 (17.6)	14 (15.7)
	15 (18.5)	3 (14.3)	18 (17.6)	22 (24.7)
22 時台前半	8 (9.9)	2 (9.5)	10 (9.8)	9 (10.1)
	9 (11.1)	3 (14.3)	12 (11.8)	11 (12.4)
22 時台後半	0	0	0	0
	1 (1.2)	1 (4.8)	2 (2.0)	1 (1.1)
23 時台前半	0	0	0	0
	2 (2.5)	0	2 (2.0)	0
23 時台後半	0	0	0	0
	1 (1.2)	0	1 (1.0)	2 (2.2)
不明	0	0	0	1 (1.1)
	2 (2.5)	0	2 (2.0)	0
回答者数	81 (100.0)	21 (100.0)	102 (100.0)	89 (100.0)

注) 上段は平日、下段は休日

## (3) 子どもの睡眠時間

表 16 には、子どもの平日と休日の睡眠時間の関係を示した。この表から読み取れるように、平日の睡眠時間と休日の睡眠時間が同じ時間帯である子どもが多く、平日も休日も 10 時間台の睡眠をとる子どもが最も多いという結果であった。また、子どもの睡眠時間の平均値は、平日 9.9 時間、休日 10.0 時間でほとんど差はなかった。

子どもの睡眠時間で最も短いのは 8 時間台である。平日 8 時間の睡眠をとる 4 名の子どものうち、2 名は休日も 8 時間台であり、1 名が 10 時間台、1 名が 12 時間以上という結果であった。また平日に 10 時間台の睡眠をとる子どもが休日には 8 時間台という例もあった。最も睡眠時間が長いのは平日も休日も 12 時間以上という 1 例であった。

このような子どもの睡眠時間は、親からみて足りているのかどうかであるが、表 17 にその結

果を示した。「足りている」は平日で 63.7%、休日で 75.5%であった。8 時間台であっても 11 時間台、12 時間以上で「足りている」と「足りたり足りなかったりする」という回答に分かれていた。

子どもに関する苦勞の有無別に子どもの睡眠時間をまとめたのが表 18 である。平日の睡眠時間については、両群に大きな差はみられないが、休日になると、「苦勞なし群」の睡眠時間の状況は、8 時間台は皆無、9 時間台も「苦勞あり群」より少なく、10 時間台の睡眠が多くなり、その時間帯を中心にまとまっているといえる。それに対して、「苦勞あり群」の睡眠時間は短い方へも長い方へも時間帯が広がっている。

表16 子どもの平日と休日の睡眠時間

N(%)

平日 休日	8 時間台	9 時間台	10 時間台	11 時間台	12 時間 以上	不明	計
8 時間台	2 (50.0)	2 (6.7)	1 (2.2)	0	0	0	5 (4.9)
9 時間台	0	17 (56.7)	5 (10.9)	0	0	0	22 (21.6)
10 時間台	1 (25.0)	7 (23.3)	29 (63.0)	3 (20.0)	0	2 (33.3)	42 (41.2)
11 時間台	0	1 (3.3)	7 (15.2)	9 (60.0)	0	1 (16.7)	18 (17.6)
12 時間 以上	1 (25.0)	0	1 (2.1)	2 (13.3)	1 (100.0)	0	5 (4.9)
不明	0	3 (10.0)	3 (6.5)	1 (6.7)	0	3 (50.0)	10 (9.8)
計	4 (100.0)	30 (100.0)	46 (100.0)	15 (100.0)	1 (100.0)	6 (100.0)	102 (100.0)

表17 子どもの睡眠時間と睡眠時間の充足度

N(%)

	足りている	足りたり足り なかったりする	不足している	計
8 時間台	2 (50.0) 3 (60.0)	2 (50.0) 1 (20.0)	0 1 (20.0)	4 (100.0) 5 (100.0)
9 時間台	20 (66.7) 17 (77.3)	10 (33.3) 5 (22.7)	0 0	30 (100.0) 22 (100.0)
10 時間台	30 (65.2) 33 (78.6)	16 (34.8) 9 (21.4)	0 0	46 (100.0) 42 (100.0)
11 時間台	9 (60.0) 14 (77.8)	5 (33.3) 4 (22.2)	1 (6.7) 0	15 (100.0) 18 (100.0)
12 時間以上	1 (100.0) 4 (80.0)	0 1 (20.0)	0 0	1 (100.0) 5 (100.0)
不明	3 (50.0) 6 (60.0)	3 (50.0) 4 (40.0)	0 0	6 (100.0) 10 (100.0)
回答者数	65 (63.7) 77 (75.5)	36 (35.3) 24 (23.5)	1 (1.0) 1 (1.0)	102 (100.0) 102 (100.0)

注) 上段は平日、下段は休日

表18 子どもに関する苦勞の有無と子どもの睡眠時間

N(%)

	子どもに関する 苦勞あり群	子どもに関する 苦勞なし群	計
8時間台	3 (3.7)	1 (4.8)	4 (3.9)
	5 (6.2)	0	5 (4.9)
9時間台	23 (28.4)	7 (33.3)	30 (29.4)
	19 (23.5)	3 (14.3)	22 (21.6)
10時間台	37 (45.7)	9 (42.9)	46 (45.1)
	30 (37.0)	12 (57.1)	42 (41.2)
11時間台	12 (14.8)	3 (14.3)	15 (14.7)
	16 (19.8)	2 (9.5)	18 (17.6)
12時間以上	1 (1.2)	0	1 (1.0)
	4 (4.9)	1 (4.8)	5 (4.9)
不明	5 (6.2)	1 (4.8)	6 (5.9)
	7 (8.6)	3 (14.3)	10 (9.8)
計	81 (100.0)	21 (100.0)	102 (100.0)

注) 上段は平日、下段は休日

表19 子どもに関する苦勞の有無と子どもの睡眠時間の充足度

N(%)

	子どもに関する 苦勞あり群	子どもに関する 苦勞なし群	計
足りている	48 (59.3)	17 (81.0)	65 (63.7)
	58 (71.6)	19 (90.5)	77 (75.5)
足りたり 足りなかったりする	32 (39.5)	4 (19.0)	36 (35.3)
	22 (27.2)	2 (9.5)	24 (23.5)
不足している	1 (1.2)	0	1 (1.0)
	1 (1.2)	0	1 (1.0)
回答者数	81 (100.0)	21 (100.0)	102 (100.0)

注) 上段は平日、下段は休日

さらに、子どもに関する苦勞の有無別に、睡眠時間が足りているか否かをまとめたのが表19である。この表から、「苦勞なし群」と「苦勞あり群」は、平日はそれぞれ81.0%と59.3%、休日はそれぞれ90.5%と71.6%と、「苦勞なし群」の方が、睡眠は「足りている」とする回答が多いことが分かる。

#### (4) 親子の朝食のとり方

子どもの朝食時刻は、平日は7時台後半が33.3%、7時台前半が30.4%で、7時台が大半を占める。休日は8時台前半が30.4%、9時台前半が24.5%で、平日よりも遅くなっている。表20には、子どもに関する苦勞の有無別に、朝食を親子で一緒にとるか否かを示した。「ほとんど一緒にとる」という回答は、平日より休日の方が多かった。

表20 子どもに関する苦勞の有無と親子一緒に食事

N(%)

	子どもに関する 苦勞あり群	子どもに関する 苦勞なし群	計
ほとんど一緒	49 (60.5) 70 (86.4)	14 (66.7) 18 (85.7)	63 (61.8) 88 (86.3)
一緒だったり 別々だったりする	24 (29.6) 11 (13.6)	5 (23.8) 3 (14.3)	29 (28.4) 14 (13.7)
別々が多い	7 (8.6) 0	1 (4.8) 0	8 (7.8) 0
不明	1 (1.2) 0	1 (4.8) 0	2 (2.0) 0
回答者数	81 (100.0)	21 (100.0)	102 (100.0)

注) 上段は平日、下段は休日

## 7. 親の生活時間

## (1) 親の起床時刻

表 21 には、親自身の苦勞の有無別に、親の起床時刻を示した。平日は、全体では、6 時台前半の起床が 40.2%と最も多く、休日は8 時台前半が 24.5%で最も多かった。この結果は、1 年前と比べるとやや早い起床時刻になっていた。

表21 親自身の苦勞の有無と親の起床時刻

N(%)

	親自身の苦勞 あり群	親自身の苦勞 なし群	計	1 年前 (参考)
5 時台	16 (19.0) 3 (3.6)	2 (11.1) 0	18 (17.6) 3 (2.9)	12 (13.5) 4 (4.5)
6 時台前半	30 (35.7) 6 (7.1)	11 (61.1) 1 (5.6)	41 (40.2) 7 (6.9)	28 (31.5) 5 (5.6)
6 時台後半	21 (25.0) 9 (10.7)	4 (22.2) 5 (27.8)	25 (24.5) 14 (13.7)	29 (32.6) 10 (11.2)
7 時台前半	13 (15.5) 19 (22.6)	1 (5.6) 2 (11.1)	14 (13.7) 21 (20.6)	18 (20.2) 25 (28.1)
7 時台後半	4 (4.8) 15 (17.9)	0 4 (22.2)	4 (3.9) 19 (18.6)	1 (1.1) 19 (21.3)
8 時台前半	0 22 (26.2)	0 3 (16.7)	0 25 (24.5)	0 18 (20.2)
8 時台後半	0 5 (6.0)	0 2 (11.1)	0 7 (6.9)	0 5 (5.6)
9 時台前半	0 5 (6.0)	0 1 (5.6)	0 6 (5.9)	0 2 (2.2)
不明	0 0	0 0	0 0	1 (1.1) 1 (1.1)
回答者数	84 (100.0)	18 (100.0)	102 (100.0)	89 (100.0)

注) 上段は平日、下段は休日

親自身の苦勞の有無別で起床時刻をみると、両群とも平日は6時台前半が最も多い時間帯だが、「苦勞なし群」は61.1%、「苦勞あり群」35.1%と差があった。5時台は「苦勞あり群」19.0%「苦勞なし群」11.1%、7時台前半は「苦勞あり群」15.5%、「苦勞なし群」5.6%と、「苦勞あり群」は、時間帯が広がっていることが分かる。休日になるとどちらの群も起床時刻が遅くなる傾向がみられるが、「苦勞なし群」は6時台後半の27.8%と7時台後半の22.2%が多い時間帯であり、「苦勞あり群」は8時台前半が26.2%、7時台前半が22.6%と遅めの時間帯が多かった。「苦勞あり群」の方が休日の起床時刻は遅い傾向がみられた。

## (2) 親の就寝時刻

表22には、親自身の苦勞の有無別に、親の就寝時刻を示した。平日の就寝時刻は、全体的に1年前よりも遅くなっている傾向があり、24時以降の就寝も1年前は29.2%から38.2%と増えていた。休日は24時以降の就寝が最も多いが、1年前の36.0%から今回の37.3%へとほとんど変化はみられず、親自身の苦勞の有無別にみても、24時以降に就寝するものが多いという点において、両群間に差はみられなかった。

表22 親自身の苦勞の有無と親の就寝時刻

N(%)

	親自身の苦勞 あり群	親自身の苦勞 なし群	計	1年前(参考)
20 時台前半	0	0	0	3 (3.4)
	1 (1.2)	0	1 (1.0)	3 (3.4)
20 時台後半	0	0	0	2 (2.2)
	0	0	0	0
21 時台前半	5 (6.0)	1 (5.6)	6 (5.9)	8 (9.0)
	5 (6.0)	1 (5.6)	6 (5.9)	8 (9.0)
21 時台後半	3 (3.6)	1 (5.6)	4 (3.9)	2 (2.2)
	2 (2.4)	0	2 (2.0)	3 (3.4)
22 時台前半	11 (13.1)	1 (5.6)	12 (11.8)	17 (19.1)
	14 (16.7)	4 (22.2)	18 (17.6)	18 (20.2)
22 時台後半	6 (7.1)	2 (11.1)	8 (7.8)	4 (4.5)
	5 (6.0)	1 (5.6)	6 (5.9)	4 (4.5)
23 時台前半	17 (20.2)	5 (27.8)	22 (21.6)	21 (23.6)
	16 (19.0)	3 (16.7)	19 (18.6)	18 (20.2)
23 時台後半	8 (9.5)	2 (11.1)	10 (9.8)	5 (5.6)
	6 (7.1)	3 (16.7)	9 (8.8)	2 (2.2)
24 時以降	33 (39.3)	6 (33.3)	39 (38.2)	26 (29.2)
	32 (38.1)	6 (33.3)	38 (37.3)	32 (36.0)
不明	1 (1.2)	0	1 (1.0)	1 (1.1)
	3 (3.6)	0	3 (2.9)	1 (1.1)
計	84 (100.0)	18 (100.0)	102 (100.0)	89 (100.0)

注) 上段は平日、下段は休日



## (3) 親の睡眠時間

表 23 には、親の平日と休日の睡眠時間の関係を示した。親の平均睡眠時間は、平日 6.7 時間、休日 7.6 時間で 1 時間の差があった。

表 23 から分かるように、平日の睡眠時間が 6 時間台の人は休日には 7 時間台、平日に 7 時間台の人は 8 時間台と 1 時間ずつ長くなっている。ただし、平日 4 時間台の 2 名は休日も 4 時間台のままの 1 名と 6 時間台の 1 名に分かれ、平日 5 時間台の人は休日も 5 時間台 7 名、6 時間台 5 名、7 時間台 3 名と睡眠時間が短いままの人と長くなる人がいた。なお、平日 8 時間台 9 時間台の睡眠時間の人は休日と同じ時間の人が多かった。

表23 親の平日と休日の睡眠時間

N(%)

平日 休日	4 時間台	5 時間台	6 時間台	7 時間台	8 時間台	9 時間台	10 時間 以上	計
4 時間台	1 (50.0)	0	0	0	0	0	0	1 (1.0)
5 時間台	0	7 (46.7)	1 (3.2)	0	0	0	0	8 (7.8)
6 時間台	1 (50.0)	5 (33.3)	9 (29.0)	1 (2.9)	0	0	0	16 (15.7)
7 時間台	0	3 (20.0)	10 (32.3)	10 (29.4)	2 (15.4)	0	0	25 (24.5)
8 時間台	0	0	8 (25.8)	16 (47.1)	4 (30.8)	0	0	28 (27.5)
9 時間台	0	0	2 (6.5)	6 (17.6)	3 (23.1)	3 (60.0)	0	14 (13.7)
10 時間台	0	0	0	1 (2.9)	2 (15.4)	1 (20.0)	2 (100.0)	6 (5.9)
11 時間台	0	0	0	0	1 (7.7)	0	0	1 (1.0)
12 時間 以上	0	0	0	0	0	1 (20.0)	0	1 (1.0)
不明	0	0	1 (3.2)	0	1 (7.7)	0	0	2 (2.0)
計	2 (100.0)	15 (100.0)	31 (100.0)	34 (100.0)	13 (100.0)	5 (100.0)	2 (100.0)	102 (100.0)

次に、どのくらいの睡眠時間で「足りている」「不足している」と感じているのかについて、表 24 に示した。睡眠時間が 4 時間台で「足りている」という回答は皆無であったが、5 時間台になると「足りている」1 名（平日）、「足りたり足りなかったりする」7 名（平日）6 名（休日）、「不足している」7 名（平日）2 名（休日）という回答に分かれた。やはり時間の長い方が「足りている」という回答が多いが、7 時間台以上になると「足りている」という回答が「不足している」という回答よりも多くなっていた。

「不足している」という回答の時間は、平日は 4 時間台から 8 時間台、休日は 4 時間台から

9時間台までに広がっていた。「足りている」という回答は、平日は5時間台から8時間台、休日は6時間台から12時間以上の範囲であった。

表24 親の睡眠時間と睡眠時間の充足度

N(%)

	足りている	足りたり足り なかったりする	不足している	計
4時間台	0	0	2 (100.0)	2 (100.0)
	0	0	1 (100.0)	1 (100.0)
5時間台	1 (6.7)	7 (46.7)	7 (46.7)	15 (100.0)
	0	6 (75.0)	2 (25.0)	8 (100.0)
6時間台	5 (16.1)	21 (67.8)	5 (16.1)	31 (100.0)
	3 (18.8)	10 (62.5)	3 (18.8)	16 (100.0)
7時間台	10 (29.4)	20 (58.8)	4 (11.8)	34 (100.0)
	12 (48.0)	11 (44.0)	2 (8.0)	25 (100.0)
8時間台	5 (38.5)	4 (30.8)	4 (30.8)	13 (100.0)
	19 (67.9)	9 (32.1)	0	28 (100.0)
9時間台	4 (80.0)	1 (20.0)	0	5 (100.0)
	10 (71.4)	3 (21.4)	1 (7.1)	14 (100.0)
10時間台	0	2 (100.0)	0	2 (100.0)
	4 (66.7)	2 (33.3)	0	6 (100.0)
11時間台	0	0	0	0
	0	1 (100.0)	0	1 (100.0)
12時間以上	0	0	0	0
	1 (100.0)	0	0	1 (100.0)
不明	0	0	0	0
	1 (50.0)	1 (50.0)	0	2 (100.0)
回答者数	25 (24.5)	55 (53.9)	22 (21.6)	102 (100.0)
	50 (49.0)	43 (42.2)	9 (8.8)	102 (100.0)

注) 上段は平日、下段は休日

表25の親自身の苦勞の有無別にみると、平日の睡眠時間は「苦勞なし群」は6時間台が44.4%と最も多く、7時間台が33.3%とこの2つの時間帯に集中していた。「苦勞あり群」は7時間台が33.3%と最も多かったが、4時間台も2.4%、5時間台も16.7%と「苦勞なし群」の4時間台0%、5時間台5.6%よりも多かった。休日は「苦勞なし群」は、8時間台が33.3%、7時間台が27.8%と多いのに対し、「苦勞あり群」も8時間台26.2%、7時間台23.8%が多いのと同時に、少数ながら4時間台や5時間台、9時間台や10時間台にも広がっていた。

このような状況で睡眠時間が足りているか否かを表26にまとめた。「苦勞なし群」では、平日の睡眠時間は「足りている」という回答が33.3%、「苦勞あり群」で22.6%であった。休日になると「苦勞なし群」の「足りている」は66.7%、「苦勞あり群」は45.2%であった。睡眠時間が「不足している」という回答は、「苦勞なし群」は平日の5.6%だけであるのに対し、「苦勞あり群」は平日25.0%、休日10.7%という結果で、「苦勞あり群」は睡眠不足を感じている割合が高い傾向がみられた。

表25 親自身の苦勞の有無と親の睡眠時間

N(%)

	親自身の苦勞あり群	親自身の苦勞なし群	計
4 時間台	2 (2.4) 1 (1.2)	0 0	2 (2.0) 1 (1.0)
5 時間台	14 (16.7) 7 (8.3)	1 (5.6) 1 (5.6)	15 (14.7) 8 (7.8)
6 時間台	23 (27.4) 12 (14.3)	8 (44.4) 4 (22.2)	31 (30.4) 16 (15.7)
7 時間台	28 (33.3) 20 (23.8)	6 (33.3) 5 (27.8)	34 (33.3) 25 (24.5)
8 時間台	11 (13.1) 22 (26.2)	2 (11.1) 6 (33.3)	13 (12.7) 28 (27.5)
9 時間台	4 (4.8) 13 (15.5)	1 (5.6) 1 (5.6)	5 (4.9) 14 (13.7)
10 時間台	2 (2.4) 5 (6.0)	0 1 (5.6)	2 (2.0) 6 (5.9)
11 時間台	0 1 (1.2)	0 0	0 1 (1.0)
12 時間以上	0 1 (1.2)	0 0	0 1 (1.0)
不明	0 2 (2.4)	0 0	0 2 (2.0)
回答者数	84 (100.0)	18 (100.0)	102 (100.0)

注) 上段は平日、下段は休日

表26 親自身の苦勞の有無と親の睡眠時間の充足度

N(%)

	親自身の苦勞あり群	親自身の苦勞なし群	計
足りている	19 (22.6) 38 (45.2)	6 (33.3) 12 (66.7)	25 (24.5) 50 (49.0)
足りたり足り なかったりする	44 (52.4) 37 (44.0)	11 (61.1) 6 (33.3)	55 (53.9) 43 (42.2)
不足している	21 (25.0) 9 (10.7)	1 (5.6) 0	22 (21.6) 9 (8.8)
回答者数	84 (100.0)	18 (100.0)	102 (100.0)

注) 上段は平日、下段は休日

それでは、なぜ親の就寝時刻が遅くなるのかにあるのかについて、表 27 にまとめた。就寝時間が遅く、睡眠時間が短い傾向にある平日は、全体では「家事全般」が 48.0%と最も多い理由で、次いで「趣味やくつろぎ」の 39.2%であった。親自身の苦勞の有無別にみると、「苦勞あり群」では、それぞれの割合が 52.4%と 41.7%であるのに対して、「苦勞なし群」はそれぞれ 27.8%と 27.8%と低い割合であった。また「遅くない」とする回答が「苦勞なし群」38.9%と

最も多かったのに対し、「苦勞あり群」は11.9%であった。

休日になると、全体では「趣味やくつろぎ」を理由とする回答が45.1%と最も多くなり、「家事全般」は33.3%であった。「親自身の苦勞あり群」は、「家事全般」44.0%、「趣味やくつろぎ」36.9%であった。それに対し「苦勞なし群」は、それぞれ50.0%と16.7%であった。また「遅くない」という回答は「苦勞なし群」44.4%、「苦勞あり群」19.0%という結果であった。

表27 親自身の苦勞の有無と親の睡眠時間が遅くなる理由（複数回答） N(%)

	親自身の苦勞あり群	親自身苦勞なし群	計
家事全般	44 (52.4)	5 (27.8)	49 (48.0)
	31 (36.9)	3 (16.7)	34 (33.3)
子どもの世話	19 (22.6)	1 (5.6)	20 (19.6)
	15 (17.9)	2 (11.1)	17 (16.7)
家族の世話	11 (13.1)	2 (11.1)	13 (12.7)
	6 (7.1)	1 (5.6)	7 (6.9)
本人の仕事	8 (9.5)	3 (16.7)	11 (10.8)
	4 (4.8)	1 (5.6)	5 (4.9)
趣味やくつろぎ	35 (41.7)	5 (27.8)	40 (39.2)
	37 (44.0)	9 (50.0)	46 (45.1)
家族とのくつろぎ	10 (11.9)	3 (16.7)	13 (12.7)
	23 (27.4)	4 (22.2)	27 (26.5)
その他	7 (8.3)	2 (11.1)	9 (8.8)
	1 (1.2)	0	1 (1.0)
遅くない	10 (11.9)	7 (38.9)	17 (16.7)
	16 (19.0)	8 (44.4)	24 (23.5)
不明	2 (2.4)	0	2 (2.0)
	3 (3.6)	0	3 (2.9)
回答者数	84	18	102 (100.0)

注) 上段は平日、下段は休日

## 8. 育児全般に関する自由記述

質問紙の最後に「子どもの生活時間、育児について、今の世の中に欠けていること、子どもの将来について心配なことなどを自由に書いてください」という自由記述欄を設けたところ、52名(51.0%)の回答があった。

その内容は、社会の仕組みについて「ヨーロッパのような就業体制になれば家族そろって夕食がとれる」「ワーキングマザーには時間が足りない」「主婦にも仕事がしやすい環境がほしい」「社会全体で子育て支援を」「公的なサポートを」「経済的支援を」などの記述があった。

地域社会や今の社会に対しては「公園とママ友達がほしい」「周囲とのかかわりを持ちたい」「孤立しがちなので近所と協力したい」「昔の大家族にあこがれる、核家族では子どもの逃げ場がない」「地域ぐるみで子育てをしたい」「もっと運動できる環境がほしい」「障害のある子どもとその親をもっと理解してほしい」などの要望や、「子どもが自由に遊べる場所が少ない」「年配の人から

しつけられる機会がない」「近所に頑固おやじが見当たらない」「温故知新」「子どもの夜遅い塾通いは疑問、学校の存在感を大きく」「子どもに勉強させすぎ」「今の子どもは忙しすぎる」「情報が多すぎてゆったりと育児ができない」「一人での外遊びが心配」「少子化でクラスの数が少なく子ども同士の交流が少ない」「世の中の将来に不安がある」などの意見が述べられていた。

また、「行事が多すぎて仕事と両立できない」「思いやりのない人が多い」「他人の子どもに注意できない」「自分の利益ばかり考える親が多い」「最近の子どもはマナーがなってない」「家庭のしつけがしっかりしていない」「しつけは親がするもの、自分で決められない子どもが多い」「しつけをしない親が多い、自由と我慢を勘違いしている」「子ども自身の行動力がかけている」「親の子どもの叱り方がなっていない」「世の中のモラルの低下が気になる」「世の中に常識と思いやりが不足している」「大人の都合で子どもを振り回すケースが多い」「理不尽なクレーマーが増えた」「虐待問題が心配」「共働きの家庭の子どもの将来が心配」「他人が無関心」などの注文や批判もあった。

親としての自分自身や子どもに対しては、「ほめて自信を持たせるようにしている、精神的に強い子になってほしい」「子どもに見られて恥じない元気な親でありたい」「喧嘩友達がいない、人の痛みが分かる大人になってほしい」「いろいろな遊びを通してたくさん学んでほしい」「物を大切にすることを伝えたい」「親子ともども思いやりを持ちたい」などの希望と、「きょうだいがい方がいいのか悩む」「しつけの加減がうまくいかない」「子どもがいうことを聞かないのは自分の力量不足か」「子どもが学校や社会に適応できるか心配」「仕事で子どもの時間と合わない」「保育時間が長いので寂しい思いをさせていないか」「夫が単身赴任中で生活リズムが変わる」「就職難で子どもの将来の自立が心配」「小学校でいじめに会わないか、勉強についてゆけるか、先生の監督はどのようなものか」「学習時間をどのように確保するか」「経済的に不安」などの悩みや不安も述べられていた。

#### IV. 考察

##### 1. 育児上の苦勞

調査対象とした子どもが年中組の4～5歳になっても、結果の項で述べたように、子どもに関する苦勞は、1年前の調査結果とくらべて大きな変化はみられなかった。しかし、少数ながらアレルギー疾患や言葉の発達など、新たな苦勞が増えていたし、「特に苦勞はない」とする回答者は減っていた。

親自身の苦勞としては、1年前と比べて「自由時間がとれない」が大幅に増えていた。それに関連して「配偶者の非協力」が増え、「特に苦勞はない」という回答者は減少していた。

これらの苦勞に対する対応策は、他者への協力要請、子どもへ丁寧に向き合う、肩の力を抜く、努力などが述べられている一方で、少数ながら「我慢」「あきらめ」「どうしようもない」「ヤケ酒」など活路を見いだせないでいる回答があったことは気になるところである。

育児に関しての自由記述では、社会や近隣の親たちに対して様々な意見を持ち、自分の子育て

に迷いも持ちながら、他者の協力を取り付けて真剣に育児に取り組んでいる様子が伺えた。

育児上の苦勞では、親の「自由時間がとれない」ことが最大の課題と考えられる。

## 2. 育児上で大切なこととしつけ

1年前の調査によれば、「子どもに関する苦勞なし群」は、育児上で大切なこととして「健康であればよい」が46.2%と最も多く、その他は30%以下で、子どもに多くを求めないという回答であった。しかし、今回の「苦勞なし群」の回答は「健康」だけでなく、他の多くの項目の割合が高くなっていた。1年前にも「苦勞なし群」は、基本的生活習慣に関するしつけを実施している傾向がみられたが、子どもが4～5歳になった今回、「健康であればよい」の割合が高いのは変わらないものの、他者との関係をスムーズにするための社会性を表す指標ともいえる「親子の気持ちが通じ合う」「自主的な意思表示」「友達と仲良くする」「園でうまくやってゆく」などの割合が高くなっている。また、新たに調査した「生活のリズムをつける」も50%を超えており、ここにきて、一気に多くのことを求めるように変化している。しかも、その傾向は「苦勞あり群」においても同じであるが、「知人に挨拶をする」を除くと、「苦勞なし群」の方がその割合は高く、1年前と比べると「苦勞あり群」と立場が逆転していたのである。また、しっかりとしつけるとする項目も、1年前に比べて「いじわるをしない」「食事のマナー」「歯みがきをする」などの割合が高くなっている。つまり、「苦勞なし群」のしつけが強化されるようになったとみることができる。しつけをする理由は「最低限の社会のルール」を身に付けさせるというものであることから、社会性を育むしつけを強化すべき時に来たと判断していることが推測できる。

しつけの必要性について親自身の苦勞の有無別に見ると、「親自身の苦勞なし群」よりも「苦勞あり群」の方が必要とする割合が1.5倍ほど高かった。ところが、子どもに関する苦勞の有無別では、「苦勞なし群」の方が「苦勞あり群」よりも必要であるとする回答者がやや多いもののほとんど差はない。この結果は、「苦勞あり群」には、しつけを強化することが親の負担になっている可能性があることを示唆している。

また、子どもの機嫌が悪いときの対処法については、「子どもに関する苦勞なし群」では、「言葉かけ、機嫌をとる」が1年前の22.7%から66.7%へと3倍近くに増えていた。反対に「苦勞あり群」はその対処法が52.2%から38.3%と減っていたのである。また、「放っておく」という対処法は、「苦勞あり群」が19.4%から19.8%へと変わらず、「苦勞なし群」は27.3%から9.5%へと減少していた。これらを併せて考えると、「苦勞なし群」は、4～5歳になった子どもには言葉で説得できることが有効であることが分かったため言葉かけをして「放っておく」が減少したが、「苦勞あり群」は、それ以前に言葉かけをしていたが有効ではなかったため、その方法を放棄したままでのいるのかもしれないと推測される。

## 3. 子どもの生活時間

子どもの起床時刻は、平日・休日とも「子どもに関する苦勞なし群」の方がやや早起きの傾向がみられ、就寝時刻も平日・休日ともやや早寝の傾向がみられた。1年前と大きな変化は見られ

なかった。

子どもの睡眠時間は、平均すると平日・休日とも約10時間であったが、睡眠時間が「足りている」のは3分の2、「足りたり足りなかったりする」のは3分の1であった。「足りない」という回答は、平日の8時間台と休日の11時間台の各1例であった。また、平日と休日の睡眠時間が同じである割合が高く、8時間台9時間台であっても、11時間台12時間台であっても、「足りている」事例と「足りたり足りなかったりする」事例があった。子どもの場合は、平日の睡眠不足を休日に補うという傾向はみられない。つまり、子どもはいわゆる「寝だめ」ということはできないようである。また、子どもの睡眠時間については、何時間睡眠をとれば「足りる」とは明言できず、個人差が大きいと考えられる。さらに睡眠時間の生活リズムについては、「子どもに関する苦勞なし群」の方が確立している可能性が高いことがよみとれた。

朝食の取り方は、結果の項で述べたように、平日は7時台が多く、休日は8時台前半と9時台前半が多い。また平日よりも休日の方が、親子で一緒に食事をする割合が高くなっている。これらのことと子どもの睡眠時間が平日・休日で変わらないことと考え合わせると、子どもの朝食時刻は親のそれに引きずられていることが分かる。

#### 4. 親の生活時間

親の平均睡眠時間は平日は6.7時間、休日は7.6時間で、平日の睡眠不足を休日に1時間ほど補っている。親の平日の起床時刻は、1年前より早くなり、6時台前半が最も多いが、「親自身の苦勞なし群」は、その時間帯に集中しているのに対し、「苦勞あり群」は、その時間を中心に前にも後にも広がっていて、就寝時間は24時以降が多い。休日には、平日よりも1時間ずつ遅い起床時刻となっているが、就寝時刻は24時以降と変わらない。

このような状況で、睡眠時間が足りているか否かについては、4時間台で足りている人はいなかったが、5時間台で足りている人もいれば足りない人もいるし、8時間台でも同様であった。子どもの場合と同様に、個人差があると思われる。親の苦勞の有無別にみると、「苦勞あり群」は、平日で4分の1、休日で2分の1が「足りている」としているが、「苦勞なし群」になると、平日は3分の1、休日には3分の2の人が「足りている」と回答している。

また就寝時刻が遅くなる理由として、「苦勞あり群」は平日・休日とも「家事全般」と「趣味やくつろぎ」の割合が高いが、「苦勞なし群」は平日・休日とも「家事全般」の割合は低く、休日の「趣味やくつろぎ」の割合が高い。つまり、「苦勞あり群」はいつも家事や趣味・くつろぎの時間に追われているが、「苦勞なし群」は、趣味やくつろぎは休日に集中させていると言える。

これらの結果は、親の場合も睡眠時間に関して「苦勞なし群」は、生活リズムが確立しているが「苦勞あり群」はそうではないことを示している。また、睡眠時間の充足感は絶対的な量ではなく、睡眠の不足感の有無が「親自身の苦勞あり・なし」感を導きだしている可能性があることを示唆している。

## V. 要約と今後の課題

子どもに関する育児上の苦勞は1年前と大きくは変わらず、新たな項目はみられなかった。子どもの睡眠に関して、子どもに関する苦勞の有無別にみると、「苦勞なし群」の子どもの方が早寝早起きの傾向があり、睡眠時間も充足している割合が高く、睡眠のリズムが確立しているとみることができる。

1年前の結果と大きく変わったのは、「子どもに関する苦勞なし群」が、育児上で大切にしたい項目のうち「健康であればよい」というだけでなく、「自主的な意思表示」「親子の気持の通じ合い」「友だちと仲よくする」などが数量ともに「苦勞あり群」よりも増えたことである。子どもが年中組の4～5歳になって社会性を育てる必要性を感じ、言葉によってなだめることも可能になったとみなし、1年前よりも一層しつけに取り組むようになったと思われる。

しつけの必要性の意識は、子どもに関する苦勞の有無別では両群に差はないが、親自身の苦勞の有無別では「苦勞あり群」に必要とする回答が多く、また子どものなだめ方においては放っておくことが多いことから、「苦勞あり群」には、しつけをすることが負担になっている可能性があると思われる。

以上をまとめると、前報において報告したように、日常的な旧来からの「しつけ」をすることが、子どもに関する苦勞を軽減することにつながっているといえよう。

親自身の苦勞の要因は、「自由時間がとれない」ことにあった。「親自身の苦勞なし群」は、起床時刻、就寝時刻、睡眠時間の変動が少なく、睡眠時間が足りている割合が高いので、睡眠のリズムが確立している可能性も高い。反対に「苦勞あり群」は、起床時刻、就寝時刻ともに早い方へも遅い方へも広がりが大きく、睡眠時間についても同様であるため、睡眠のリズムが確立しているとは言い難い。また睡眠時間の充足に関しても、睡眠の不足感が高い。その理由は、「苦勞なし群」に比べて、「苦勞あり群」は平日・休日ともに家事に追われつつ、平日の夜も「趣味やだんらん」の時間を確保しようとしていることであると推測される。その結果、睡眠時間が削られて疲労感が生じ、自由時間がとれないという思いにつながっているのではないだろうか。

今回の調査対象となった子どもは1年後に年長組となり、本調査の機会も最終回となるため、今回の結果をもとにさらに育児に関する苦勞について調査研究を深めて行きたい。



## 引用・参考文献

---

- 窪龍子・井狩芳子・野田耕 2005「幼児の心身の健康に関する研究—幼稚園児と保育園児の遊びの調査（1）」『実践女子大学人間社会学部紀要第一集』
- 窪龍子・井狩芳子・野田耕 2006「幼児の心身の健康に関する研究—幼稚園児と保育園児の遊びの調査（2）」『実践女子大学人間社会学部紀要第二集』
- 窪龍子・井狩芳子・野田耕 2007「幼児期の生活と遊びに関する研究—幼稚園児の降園後の遊びから「三間がない現象」について—」『実践女子大学人間社会学部紀要第三集』
- 窪龍子・井狩芳子 2008「母親が感じる育児上の「困難」に関する研究(1)—幼稚園と保育園における調査から—」『実践女子大学人間社会学部紀要第四集』
- 窪龍子・井狩芳子 2009「母親が感じる育児上の「困難」に関する研究(2)—幼稚園と保育園における3歳児の母親の調査から—」『実践女子大学人間社会学部紀要第五集』
- 窪龍子・井狩芳子 2010「母親が感じる育児上の「困難」に関する研究(3)—幼半年後の追跡調査—」『実践女子大学人間社会学部紀要第六集』
- 鯨岡峻 2002『育てられる者から育てる者へ』NHK ブックス 938 日本放送協会

付記：今回の調査にご協力くださったN幼稚園とT保育園の関係各位と保護者の方々に心よりの謝意を表します。

添付資料

子どもの生活時間と育児に関する調査 (No.3 1003)

皆様には前回のアンケートにご協力いただき、ありがとうございました。今回もよろしくお願いいたします。

この調査は、子どもの生活時間と育児の現状について調査するものです。前回と同じ質問もありますが、それは、お子さんの成長による変化をみるためです。この結果は、研究の目的以外には使用いたしませんし、個人の情報が特定されることもありませんので、率直にご回答いただきたくお願いします。今回の調査も、同じお子さん(年中組)を対象にお答え下さい。

下記の各質問について、あてはまるものに○、( ) 内にはあてはまることをご記入下さい。なお、該当しない項目や不明の項目については、空欄のまま飛ばしてください。

あなたのお名前(カタカナで): ( )	あなたの性別: 男 ・ 女	あなたの年齢: 満 歳 (現在の年齢を記入)	あなたの職業: あり ・ なし
家族構成(○をつけてください) (1)親と子 (2)祖父・祖母、親と子 (3)その他( )			
お子さんの数 男児 人(年齢 ) 女児 人(年齢 )			
住居形態(○をつけてください) (1)一戸建て (2)集合住宅(住んでいるのは 階)			
お子さんのお名前(カタカナで): ( )	お子さんの性別: 男 ・ 女	クラス名	

Q1. お子さんの生活時間についてお尋ねします。お子さんの生活時間をご記入ください。

1-1. 現在の平日(幼稚園・保育園がある日)の過ごし方

- ①起床時刻( 時 分)ごろ ②朝食( 時 分)ごろ  
③昼食( 時 分)ごろ ④あそび( 時間 分)位  
⑤昼寝( 時間 分)位 ⑥おけいこ事( 時間 分)位  
⑦夕食( 時 分)ごろ ⑧就寝時刻( 時 分)ごろ  
⑨睡眠時間は大体( )時間位  
⑩平日の睡眠時間は足りているようですか?  
(1) 大体足りている (2) 足りている時と足りない時がある (3) 足りていないことが多い  
⑪平日は家族一緒に食事をしていますか?  
(1) ほとんど一緒 (2) 一緒だったり一緒にでなかったりする (3) バラバラなことが多い

1-2. 現在の休日(幼稚園・保育園の休みの日)の過ごし方

- ①起床時刻( 時 分)ごろ ②朝食( 時 分)ごろ  
③昼食( 時 分)ごろ ④あそび( 時間 分)位  
⑤昼寝( 時間 分)位 ⑥おけいこ事( 時間 分)位  
⑦夕食( 時 分)ごろ ⑧就寝時刻( 時 分)ごろ  
⑨睡眠時間は大体( )時間位  
⑩休日の睡眠時間は足りているようですか?  
(1) 大体足りている (2) 足りている時と足りない時がある (3) 足りていないことが多い  
⑪休日は家族一緒に食事をしていますか?  
(1) ほとんど一緒 (2) 一緒だったり一緒にでなかったりする (3) バラバラなことが多い

Q2. お子さんの生活時間や内容は、1年前と比べ変わりましたか？ お気づきの内容をご記入ください。

(例：遊び方・食欲・睡眠・情緒面・友だち関係・健康全般・病気・興味・他)

( )

<次からは、育児に関する質問です>

Q3. 現在のあなたの育児方針についてお尋ねします。

3-1. 子育てにはしつけが必要だと思いますか。

(1) 必要である (2) 時と場合による (3) 特別なことは必要ない

3-2. 子育てにしつけが必要だと思う理由、あるいは必要ないと思う理由をご記入ください。

( )

3-3. しつけが必要な場合、比較的しっかりとしつけをしているのは、どのようなことですか(複数回答可)

- |                 |                  |                   |
|-----------------|------------------|-------------------|
| (1) 起床時間        | (2) 就寝時間         | (3) 1日に3食を規則的にとる  |
| (4) 家族と一緒に食事をする | (5) 食事に要する時間     | (6) 食事を残さない       |
| (7) 食事中のマナー     | (8) 歯磨きをする       | (9) 衣類の脱ぎ着をきちんとする |
| (10) 休まずに登園する   | (11) 友達にいじわるをしない | (12) 家庭内であいさつをする  |
| (13) 知人にあいさつをする | (14) 親の言うことを聞く   | (15) テレビなどを見る時間   |
| (16) 勉強の習慣をつける  | (17) その他(具体的に：)  |                   |

3-4. しつけが必要な場合でも、比較的子どもの思う通りにさせているのはどのようなことですか(複数回答可)

- |                 |                  |                   |
|-----------------|------------------|-------------------|
| (1) 起床時間        | (2) 就寝時間         | (3) 1日に3食を規則的にとる  |
| (4) 家族と一緒に食事をする | (5) 食事に要する時間     | (6) 食事を残さない       |
| (7) 食事中のマナー     | (8) 歯磨きをする       | (9) 衣類の脱ぎ着をきちんとする |
| (10) 休まずに登園する   | (11) 友達にいじわるをしない | (12) 家庭内であいさつをする  |
| (13) 知人にあいさつをする | (14) 親の言うことを聞く   | (15) テレビなどを見る時間   |
| (16) 勉強の習慣をつける  | (17) その他(具体的に：)  |                   |

Q4. 育児をする上で、いま最も大切に思っていることは、どのようなことですか？(複数回答可)

- |                                 |                             |                 |
|---------------------------------|-----------------------------|-----------------|
| (1) 健康であれば何もいうことはない             | (2) 生活のリズムを身につける            | (3) 親子の気持ちが通じ合う |
| (4) 子どもが友達と仲良くできる               | (5) 園で先生や友達とうまくやっていく        |                 |
| (6) おとなのいうことをきく素直な子どもになる        | (7) おけいこ事などを通して持っている可能性を伸ばす |                 |
| (8) 子どもの気持ちを第一に考えて受けとめ、何よりも優先する |                             |                 |
| (9) 子ども自身で自分の意思表示ができるようになる      |                             |                 |
| (10) 一般的な成長の指標に遅れないように育てる       | (11) その他( )                 |                 |

Q5. 子どもが理由もなく機嫌が悪かったり、泣きやまないときには、どのように対処していますか？

- |                     |                        |
|---------------------|------------------------|
| (1) 言葉をかけて、気持ちをなだめる | (2) スキンシップをして、気持ちをなだめる |
| (3) 泣きやむまで放っておく     | (4) 場所を変えるなど気分転換を図る    |
| (5) 口で叱る            | (6) 叩く                 |
| (7) その他( )          |                        |

Q6. 現在、育児の中で最もうれしいこと、苦勞していること、さらにその対処法についてお尋ねします。

6-1. 育児の上でうれしいことをご記入ください。( )

6-2. 育児上の苦勞のうち、子どもに関する苦勞にはどのようなことがありますか？（複数回答可）

- |                          |                          |
|--------------------------|--------------------------|
| (1) 泣いたり激怒するなど、感情が不安定なこと | (2) 落着きがなく何をするかわからないこと   |
| (3) 子どもの気持ちが分からないこと      | (4) 日常の世話のすべてが大変である      |
| (5) 子どもがいうことを聞かないときがあること | (6) 食べる量が多い・少ないなど食に関すること |
| (7) 生活リズムや基本的生活習慣がつかないこと | (8) アレルギー疾患など、病気に関すること   |
| (9) ことばや発音に関すること         | (10) 遊びに関すること            |
| (11) 特に苦勞していることはない       | (12) その他（ ）              |

6-3. 育児上の苦勞で、あなたご自身に関する苦勞にはどのようなことがありますか？（複数回答可）

- |                         |                    |
|-------------------------|--------------------|
| (1) 自由な時間がとれないこと        | (2) 自分の健康保持、体調不良   |
| (3) 仕事と育児の両立            | (4) 配偶者の協力が得られないこと |
| (5) 親達の口出し              | (6) 親しいママ友が得られないこと |
| (7) 経済的なこと              | (8) 家事一般や食事作りが煩わしい |
| (9) 世の中から取り残されているように感じる | (10) 特に苦勞と思うことはない  |
| (11) その他（ ）             |                    |

6-4. 上記（6-2、6-3）の苦勞にどのような対処をしていますか？ 具体的にご記入ください。  
（ ）

<最後に、あなたご自身の現在の生活時間について、お尋ねします>

7-1. 「お子さんの幼稚園・保育園がある日」のあなたの生活時間

- |                                       |                     |                 |
|---------------------------------------|---------------------|-----------------|
| ①起床時刻（ 時 分）ごろ                         | ②朝食（ 時 分）ごろ         |                 |
| ③夕食（ 時 分）ごろ                           | ④就寝時刻（ 時 分）ごろ       |                 |
| ⑤平日の睡眠時間は大体（ ）時間位                     |                     |                 |
| ⑥平日の睡眠時間は足りていますか？                     |                     |                 |
| (1) 大体足りている                           | (2) 足りている時と足りない時がある | (3) 睡眠不足のことが多い  |
| ⑦平日の就寝時間が遅くなるのは、どのような理由によりますか？（複数回答可） |                     |                 |
| (1) 家事全般                              | (2) 子どもの世話          | (3) 子ども以外の家族の世話 |
| (4) 本人の仕事                             | (5) 本人の趣味やくつろぎ      | (6) 家族とのくつろぎ    |
| (7) その他（ ）                            | (8) 特に遅いとは思わない      |                 |

7-2. 「お子さんの幼稚園・保育園の休みの日」のあなたの生活時間

- |                                       |                     |                 |
|---------------------------------------|---------------------|-----------------|
| ①起床時刻（ 時 分）ごろ                         | ②朝食（ 時 分）ごろ         |                 |
| ③夕食（ 時 分）ごろ                           | ④就寝時刻（ 時 分）ごろ       |                 |
| ⑤休日の睡眠時間は大体（ ）時間位                     |                     |                 |
| ⑥休日の睡眠時間は足りていますか？                     |                     |                 |
| (1) 大体足りている                           | (2) 足りている時と足りない時がある | (3) 睡眠不足のことが多い  |
| ⑦休日の就寝時間が遅くなるのは、どのような理由によりますか？（複数回答可） |                     |                 |
| (1) 家事全般                              | (2) 子どもの世話          | (3) 子ども以外の家族の世話 |
| (4) 本人の仕事                             | (5) 本人の趣味やくつろぎ      | (6) 家族とのくつろぎ    |
| (7) その他（ ）                            | (8) 特に遅いとは思わない      |                 |

Q8. 子どもの生活時間に関して、また育児について、今の世の中に欠けていると思われること、子どもの将来について心配されていること、このアンケートについてお気づきのことなど、どのようなことでも構いませんので、ご自由にお書きください。

ご協力ありがとうございました。 井狩芳子（和泉短大）・窪龍子（実践女子大学）